



# County of Fairfax, Virginia

To protect and enrich the quality of life for the people, neighborhoods and diverse communities of Fairfax County

## 五大食源性疾病資訊表

### 大腸桿菌

**概述：**一種能產生致命毒素的細菌，每年在美國導致大約 73,000 例食源性疾病；菌源：肉，特別是未熟或未煮的漢堡、農產品及生乳

**潛伏期：**3-4 天

**症狀：**嚴重腹瀉、絞痛、脫水

**預防：**將可疑食物烹煮至 155F；以正確方式勤洗手；正確清洗、沖淨和消毒餐具

### 志賀氏桿菌

**概述：**估計導致 300,000 例腹瀉疾病。不良的衛生導致志賀氏菌極易在人群之間傳播。菌源：沙拉、牛奶和乳製品、不潔的飲用水。

**潛伏期：**1-7 天

**症狀：**腹瀉、發燒、發冷寒慄、脫水

**預防：**以正確方式勤洗手，特別是如廁之後；洗菜要徹底洗淨

### A 型肝炎

**概述：**A 型肝炎是由 A 型肝炎病毒引起的肝臟疾病，任何人都有可能感染 A 型肝炎。在美國，A 型肝炎有可能只發生單獨病例，也有可能發生大規模的傳染。

**潛伏期：**15-50 天

**症狀：**黃疸、噁心、腹瀉、發燒、疲勞、缺乏食慾、絞痛

**預防：**以正確方式勤洗手，特別是如廁之後

### 沙門氏菌

**概述：**是最常見的食源性疾病死因，每年導致數百萬的食源性疾病病例；菌源：生蛋和未熟的蛋，未熟的禽肉和其他肉類、乳製品、海鮮、水果和蔬菜

**潛伏期：**5-72 小時

**症狀：**噁心、嘔吐、絞痛、發燒

**預防：**烹煮所有食物至適當的溫度；快速冷藏食物；排除交叉感染源（亦即正確儲藏肉類，採取正確的清洗、沖淨、消毒程序）

### 諾羅病毒

**概述：**該病毒是美國腹瀉疾病的首要致病原因。經由感染該病毒的人處理過的任何食物都可能含有諾羅病毒。該病毒的傳染性極強。

**潛伏期：**6-48 小時

**症狀：**噁心、嘔吐、腹瀉、絞痛

**預防：**以正確方式勤洗手，特別是如廁之後；從可靠的來源管道購買食品；洗菜要徹底洗淨。

**Fairfax County Health Department**

Division of Environmental Health

Food Safety Section

10777 Main Street, Suite 111, Fairfax, VA 22030

Phone: 703-246-2444 TTY: 711 Fax: 703-385-9568

[www.fairfaxcounty.gov/hd](http://www.fairfaxcounty.gov/hd)